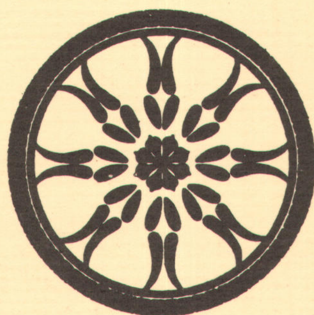


SADDHARMA



de afbeelding van de Buddha-figuur op de titelpagina is een foto van een 18de eeuws Japans beeld.
Deze Buddha heet AMIDA, de Buddha van het oneindige licht, heer van het westerse paradijs, gezeten in de handhouding van meditatie
het beeld bevindt zich in het Leids Volkenkundig Museum
de foto werd gemaakt door Else Madelon Hooykaas

S A D D H A R M A

TIJDSCHRIFT STICHTING NEDERLANDS BOEDDHISTISCH CENTRUM

11e jaargang 1e aflevering maart 1978

Redactie-adres: Bornsestraat 61 - Hengelo (O.)
Secretariaat Stichting: Hugo de Grootstraat 52 - Nijmegen
Postgiro: 152 00 22, t.n.v. de penningmeester van de Stichting Nederlands Boeddhistisch Centrum, Hinkeloordseweg 8, Wageningen.
Min. donatie 1978 ƒ 30,--, (echtpaar ƒ 40,--, studerenden ƒ 20,--).

MEDEDELINGEN VAN HET BESTUUR:

V o o r j a a r s bi j e e n k o m s t

Onze voorjaarsbijeenkomst zal plaats vinden op ZATERDAG 22 APRIL a.s. in "De Werkstee" op Landgoed Schovenhorst te PUTTEN.

PROGRAMMA

9.30 - 10.30 uur Aankomst der deelnemers
10.30 uur Opening van de bijeenkomst door de voorzitster. Koffie.
11.00 - 11.45 uur Inleiding door mevrouw NINA VAN GORKOM uit Den Haag over "Heilzame daden in het dagelijks leven". Mevrouw Van Gorkom heeft in dit nummer een artikel bijgedragen uitgaande van teksten in Abhidhamma.
11.45 - 12.30 uur Gesprek naar aanleiding van de lezing door mevrouw Van Gorkom.
13.00 - 14.00 uur Broodmaaltijd.
14.00 - 14.45 uur Inleiding door de heer Drs. M.G.D. ONDEI, (conservator voor het Verre Oosten van het Museum voor Land- en volkenkunde te Amsterdam; donateur en be-

stuurslid van onze Stichting) over "De relevantie van het oosterse denken voor het westerse denken" (met dia's).

14.45 - 15.15 uur Theepauze.

15.15 - 16.00 uur Gesprek n.a.v. de inleiding door de heer Ondei.
Daarna sluiting van de bijeenkomst.

KOSTEN: ƒ 7,50 p.p., zo spoedig mogelijk en in elk geval vóór 7 april a.s. over te schrijven op de postgirorekening van de penningmeester (zie blz. 1).
Boterhammen meenemen. Voor koffie, thee, soep wordt gezorgd. Met het oog hierop is het echter noodzakelijk dat we ruim van tevoren op de hoogte zijn van het aantal deelnemers.

Het station Putten ligt aan de lijn Amersfoort-Zwolle (stoptrein nemen). Van het station naar "De Werkstee" is het ruim een half uur lopen. Wij zullen er zorg voor dragen dat om 10 uur voldoende auto's bij het station aanwezig zijn. Wilt u het op uw girostrookje vermelden indien u met de trein komt, en ook hoe laat u aankomt? Autorijders die moeite hebben de weg naar Schovenhorst te vinden, kunnen eveneens naar het station rijden en zich daar bij de andere voegen.

N.B. Hebt u goed gezien dat de bijeenkomst voor het eerst niet op een zondag, maar op een ZATERDAG is?

B e s t u u r s w i s s e l i n g

Op de Najaarsbijeenkomst 1977 heeft de heer Mr. L. Boer zijn functie in het Dagelijks Bestuur der Stichting neergelegd. Op dat moment bestond de Stichting 10 jaar; deze 10 jaren was de heer Boer aan het Dagelijks Bestuur verbonden, waarvan vele jaren als Voorzitter. Drukke werkzaamheden noopten hem thans deze taak over te dragen. Voor al hetgeen de heer Boer voor de Stichting gedaan heeft, met volle inzet van zijn vele gaven, is de Stichting aan de heer Boer de grootste dank verschuldigd.
De taak van tweede Secretaris wordt thans waargenomen door de heer Ing. W. Roscam Abbing te Nunspeet. De heer Boer blijft lid van het Algemeen Bestuur.
Als nieuw lid van het Algemeen Bestuur is toegetreden de heer Dr. R.H.C. Janssen uit Oegstgeest, ordelid van de

Arya Maitreya Mandela.
Van de heer Janssen deed de Stichting in december 1977 de brochure "Boeddhisme en Psychologie" verschijnen, die de donateurs als jubileumgeschenk werd toegezonden.

BOEDDHISTISCHE ACTIVITEITEN

Stichting Jonge Boeddhisten Nederland

Van deze Stichting wordt het bestuur gevormd door drie Amsterdammers: de heren W.R. de Wilde, J.D. Hellingman, P.M.F. Timmerman. De Stichting functioneert onder een Patronage, allereerst van de bhikkhu Phra Mettaviharee van de Buddharama Tempel te Waalwijk. Het lidmaatschapsgeld bedraagt ƒ 25,-- p.j. (studenten ƒ 7,50 reductie) Postrekening 15368 van de Spaarbank voor de stad Amsterdam t.g.v. rekening nr. 83.03.97.949 van de Stichting Jonge Boeddhisten Nederland; of Gem. giro: A 11090 t.g.v. zelfde rek.nr. als eerst genoemd.
De basis van de Stichting is de Theravâda. Men streeft ernaar een extra uitgave van het boekje "The Wheel of Dhamma" te verzorgen; benevens een unieke uitgave van het boekje "Pâli Chanting", waarvan ook een band- of cassette-opname kan worden gemaakt. Tel. Secretariaat: 020 - 831791; 020 - 994912.

Het Dharmahuis Amsterdam

Het Dharmahuis heeft in de kersttijd een werkweek gehouden: meditatiezittingen, studieperiodes enz. - Het Dharmahuis biedt vrij toegankelijke meditatiezittingen, dagelijks van 7.00 - 8.00, van 9.00 - 10.30 en van 17.30 - 19.00 uur. 5 Maandagavonden van 20.00 - 22.30 uur, beginnend 6 maart, zijn gewijd aan een cursus "Strijd van Ego"; kosten ƒ 50,--. Adres: Valeriusstraat 136, tel. 722348.

Karma Chöpel Ling

De Karma Chöpel Ling Stichting ontwikkelt vele activiteiten. Men zond ons uitgebreide informatie, die wij hieronder opnemen. De redactie is mede gevoerd door Simon Vinkenoog. Het feit dat een Tibetaanse lama be-

nevens een vertaler in de Hamtoren in Vleuten woonachtig zijn, verdient ons aller grote aandacht.

Wij geven nogmaals het adres van het Tibetaans Mahayana Buddhistisch Centrum in Den Haag: Mevrouw A.M.M. Steenhuis-Hesterman, Van Bleiswijkstraat 107, tel. 070 - 559340.

In Nijmegen aan de Graafseweg 65 is gevestigd "de Zonnewijzer" (voorheen Makrobio): een biologische winkel; theehuis; vegetarisch eethuis; annex bibliotheek, meditatieruimte. Er worden ook verschillende cursussen gegeven. Tel.: 080 - 230177.

De 12e Conferentie van de The World Fellowship of Buddhists zal gehouden worden in Japan, van 30 september - 6 oktober 1978. Wie informaties hieromtrent wenst, kan zich om inlichtingen wenden tot de redactie van "Saddharma" (zie pag. 1)

TIJDSCHRIFTEN

The Middle Way Journal of the Buddhist Society, 58 Eccleston Square, Londen SW1 V1PH. In het novembernr. van het vorig jaar staat o.m. een interessant artikel van Gerald du Pré "Science and the Skandhas". Geen andere religie, constateert hij, kent een zó superbe analyse van de menselijke psyche. Eerst nu, 2000 of meer jaar later, worden de skandha's weer op deze wijze geanalyseerd in de psychologische en neurobiologische laboratoria over de hele wereld. - Uit een artikel van Malcolm Mort willen wij onze lezers twee aanhalingen niet onthouden: "When the people lack a sense of awe, there will be disaster". En de bekende uitspraak van de Zenmeester: "Hoe natuurlijk is het bovennatuurlijke; hoe bovennatuurlijk het natuurlijke!"
In het februari-nr. 1978 zet Gerald du Pré zijn reeks voort met het artikel: "Science and the Wheel of Life." Zeer de moeite waard is de beschouwing "The Way of the West" van David Lindley. De autobiografie van Christmas Humphreys "Both Sides of the Circle" wordt aangekondigd (Allen and Unwin, Londen £ 6.95). Humphreys zelf draagt in dit nummer een stukje over reïncarnatie bij.

(Ingezonden artikel Karma Chöpel Ling Stichting)

In Nederland is een Tibetaanse Lama woonachtig, de 49-jarige Lama Gawang, vertegenwoordiger van het Kagyü-Boeddhisme, uit de School van Z.H. de 16e Karmapa, bereid om de leerstellingen van het Vajrayāna-Boeddhisme uiteen te zetten en te onderwijzen.
Hij is gehuisvest in Karma Chöpel Ling, De Hamtoren, Vleuten, en brengt regelmatig bezoeken aan Centra in Utrecht, Den Haag en Hantum.
Gaarne willen wij bekendheid geven aan het feit, dat Lama Gawang in staat is, zuiver en oorspronkelijk onderricht te geven, dat van groot belang is voor Nederland; voor de vertaling in het Engels is een Tibetaans vertaler aanwezig.
Voor alle verdere schriftelijke of mondelinge informatie kunt u zich wenden tot: Karma Chöpel Ling, Hamtoren, Vleuten (U.) - Tel. 03407 - 3191*- Giro 3530538 (*tussen 9.00 uur en 10.30 uur 's morgens).

Dagelijks programma:

7.30 uur Ngön Draw
17.00 uur Mahakala meditatie
20.00 uur Chenrezing meditatie
elke vrijdagavond Teaching door Lama Gawang, om 20.30 uur; tevens informatie-avond
elke zaterdagmorgen Tibetaanse les door de vertaler van 10.00 - 12.00 uur.
2 maandelijks programma wordt toegezonden door storting van ƒ 16,50 per jaar op giro 3530538 van Karma Chöpel Ling.
Gelegenheid tot het nuttigen van maaltijden en overnachten tegen kostprijs.

WIE IS DE LAMA?

Zijn naam is Lama Gawang.
Hij komt uit Tibet, het hoogst gelegen land ter wereld, dat ten noorden van het Himalaya gebergte ligt, en ongeveer 30 maal zo groot als Nederland is. Sedert 1959 verblijven veel Tibetanen noodgedwongen in enkele landen ten zuiden van Tibet, zoals India, Nepal en Sikkim.

Lama Gawang nam bij zijn vertrek uit Tibet zijn levensfilosofie, het Tibetaanse boeddhisme met zich mee, wat een des te meer verheugend feit is, daar de grenzen van het oude Tibet gesloten zijn, en het Tibetaanse boeddhisme voorheen altijd een aangelegenheid voor binnen de grenzen van het land is geweest.
De beginselen ervan willen zij nu in een breder verband introduceren, zodat meer mensen hiervan kennis kunnen nemen, opdat deze kostbare filosofie niet verloren zal gaan.

Het doel van het boeddhistisch Pad, als Leer of Levensfilosofie, is het creëren van een bepaalde wijze van leven, toegepast in de praktijk, wat zowel voor de beoefenaar zelf, als later ook voor anderen, op wie hij dit kan overdragen, erg vruchtbaar zal zijn. Dit wordt omschreven als het beoefenen van Dharma.
Globaal weergegeven, kunnen de grondprincipes van deze filosofie, welke men geleidelijk aan tot zich kan nemen, als volgt omschreven worden.
Toepassing van liefde, begrip en mededogen ten aanzien van alle levende wezens (1). In de praktijk betekent dit, dat men hulp geeft, mededogen heeft, en onbaatzuchtig is tegenover alle levende wezens.
Instelling van anti-materialisme (2). Veel mensen streven uitsluitend materiële zaken na, en leven met het doel voor ogen, steeds meer te vergaren, wat resulteert in begeerte, rusteloosheid, irritatie, agressie en egoïsme. Men is enkel met zijn eigen ego bezig, waardoor men contactarm wordt; hetgeen weer frustraties en angst teweeg kan brengen.
Opgeven van de acht wereldse Dharma's (3). Dit houdt in, dat men geen rijkdom, roem, loftuitingen en uitsluitend geluk voor zichzelf nastreeft, en dat men niet bang is voor armoede, ongemak, hoon en laster.

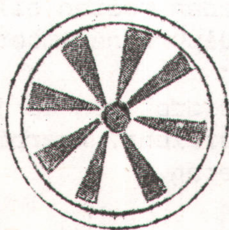
Dit klinkt in theorie natuurlijk allemaal erg mooi. Zouden alle mensen dit enigszins toepassen, dan zag de wereld er nu heel wat vreedzamer uit.
Er zijn in de loop der tijden echter wel meer mooie principes geformuleerd. De Tien Geboden liggen ook aardig in het gehoor, maar de praktische toepassing van dit soort zaken laat vaak veel te wensen over.

Maar wat nu te ondernemen, dat deze theorie wel door ons in de praktijk toegepast kan worden.
De Dharma kan, wat uitwerking betreft, versterkt en bruikbaar gemaakt worden, voor de praktijk, door middel van toepassing van een bepaalde vorm van meditatie.
De bedoeling van deze meditatie is, dat men zijn geest tot rust brengt, dat men zichzelf en de Dharma bewust wordt, en dat men de drie globaal omschreven punten van het boeddhistisch Pad, Dharma, daardoor tot ontwikkeling kan brengen, doordat men de negatieve energie, gewoonlijk gebruikt voor bevrediging van agressie, begeerte, enz., omzet in positieve energie, die het ego uitroeit, en wijsheid en mededogen voedt.
Eerst moet de mens zichzelf verliezen, wil hij zichzelf vinden. Men moet zien los te komen van al zijn denkbeelden, voorstellingen en interpretaties, zodat men zijn ware "Zelf" kan zien, en zijn ware geest kan ontdekken, met een nieuw, gezond bewustzijn als resultaat.
Wil men zich in een later stadium geestelijk nog dieper gaan ontwikkelen, dan bestaan er verdere mogelijkheden, door middel van diverse Tantra meditatietechnieken, welke in Tibet alleen van leraar op leerling werden doorgegeven.
Uiteindelijk kan de praktisant dan die wijsheid bereiken, waarbij men zijn ego vernietigt, en waarna men Volledige Leegte en Verlichting kan bereiken, of in populaire termen, dat men geluk en vrede in zichzelf vindt en dit op anderen kan overdragen.
Men moet goed beseffen, dat de mogelijkheden van de menselijke geest praktisch onbeperkt zijn, en dat slechts een zeer klein gedeelte ervan wordt gebruikt.
Iedereen heeft de Waarheid, het Licht, of hoe het verder ook omschreven mag worden, in zich.
Iedereen is in principe al in het bezit van de Boeddhanatuur.
De verborgen mogelijkheden moeten alleen worden losgeweekt. De innerlijke hulpbronnen moeten ontwikkeld worden.
Dit kan gebeuren door middel van de juiste vorm van persoonlijk meditatie-onderricht, waarbij de Leer direkt aan ons wordt overgedragen.

De 49-jarige Lama Gawang is een der grootste meditatiemeesters van de Kagyü School.
Deze is, na die van de Dalai Lama, de grootste School, met aan het hoofd de geestelijk Leider Z.H. Karmapa, die in september onder andere ook ons land bezocht, en zijn zetel heeft in het Rumtek klooster in Sikkim.
Z.H. Karmapa is de 16e incarnatie van de oorspronkelijke Karmapa, welke in de 12e eeuw leefde.
Hoe men de Lama ook omschrijft, als Leermeester, Guru of Meditatiemeester, het is iemand die je gewoon wil helpen op het Pad, en die door zijn kennis de Leer zuiver over kan brengen.
Hij heeft zelf zo'n hoge geestelijke ontwikkeling, door onder andere, van jongs af aan, onderricht van hoge leermeesters in Tibet, en door jarenlange eenzame meditatie in berggrotten nabij het Himalaya gebergte, dat men daarvoor alle eerbied mag hebben.
Sedert begin 1977 verblijft Lama Gawang in de landelijk gelegen middeleeuwse Hamtoren in Vleuten, bij Utrecht, zodat het begin van het Pad reeds naast de deur ligt.

Mag dit artikel ertoe bijdragen, dat de lezer hiervan zich "gereed" voelt, om eens vrijblijvend contact met de Hamtoren op te nemen.
Een bekend gezegde luidt: "Wanneer de leerling gereed is, verschijnt de Meester."
Welnu, deze laatste is verschenen!

Voor het Tibetaans Boeddhistisch studie- en medidatiecentrum zoeken wij (de Karma Chöpel Ling Stichting) een nieuwe behuizing.
Wie weet iets?



DE ABHIDHAMMA IN HET DAGELIJKS LEVEN:

DE VIER REALITEITEN OF "PARAMATTHA DHAMMA'S".

Er zijn twee soorten realiteiten: geestelijke verschijnselen of nāma en fysieke verschijnselen of rūpa. Nāma ervaart iets, rūpa kan niets ervaren. Zien is bijvoorbeeld een type nāma: het ervaart wat zichtbaar is. Het zichtbare object zelf is rūpa, het ervaart niets. Wat wij als zelf beschouwen zijn alleen maar nāma's en rūpa's die ontstaan en weer vergaan. De "Visuddhimagga" (het Pad van Zuiverheid, een commentaar) geeft de volgende verklaring (Hfdst. XVIII, 25):

> Want dit werd gezegd:
> Zoals na aaneenvoeging van alle afzonderlijke delen
> Het begrip "wagen" wordt gebruikt,
> Eveneens, als de "groepen" (khandhas) aanwezig zijn,
> Wordt het begrip "levend wezen" in de omgangstaal
> gebruikt.
>
> (Samyutta Nikāya I,135).
>
> Zo gaan vele honderden sutta's slechts over "nāma-rūpa" (geest-materie), niet over een wezen, een persoon. Daarom, net zoals wanneer de samenstellende delen (van een kar) zoals assen, wielen, geraamte, palen... op een bepaalde wijze in elkaar gezet worden, het begrip "kar" gebruikt wordt, wat slechts een term van de omgangstaal is, hoewel er in werkelijkheid, als men ieder onderdeel bekijkt, geen kar is,... zo ook... wordt de term "wezen" of "persoon" gebruikt, welke termen slechts woorden van de omgangstaal zijn, maar in werkelijkheid, als ieder deel apart wordt bekeken, is er geen wezen als basis voor wat men ziet als "Ik ben" of "Ik"; in werkelijkheid is er slechts "geest-materie". Het inzicht van iemand die dit zo ziet wordt "juist inzicht" genoemd.

Alle verschijnselen in ons en om ons heen zijn alleen maar geestelijke verschijnselen (nāma's) en fysieke verschijnselen (rūpa's) die ontstaan en weer vergaan, zij zijn vergankelijk. Nāma's en rūpa's zijn eigenlijke of uiteindelijke realiteiten, in het Pāli: paramattha

dhamma's. Wij kunnen hun specifieke kenmerken ervaren als zij verschijnen, het geeft niet hoe wij ze noemen; het is niet noodzakelijk om ze nāma en rūpa te noemen. Degenen die "inzicht" ontwikkeld hebben kunnen ze ervaren zoals ze werkelijk zijn: vergankelijk en niet zelf. Zien, horen, proeven, het ondervinden van lichamelijke indrukken en denken, al deze nāma's zijn vergankelijk. Wij zijn eraan gewend om te denken dat een "zelf" de verschillende functies van zien, horen en denken verricht, maar waar is dat zelf? Is het één van die geestelijke verschijnselen? Hoe meer wij verschillende nāma's en rūpa's leren kennen door hun specifieke kenmerken te ervaren, destemeer zullen wij inzien dat "zelf" maar een begrip is. "Zelf" is geen eigenlijke werkelijkheid (paramattha dhamma).

Nāma's zijn geestelijke verschijnselen en rūpa's zijn fysieke verschijnselen. Nāma en rūpa zijn verschillende soorten realiteit. Als wij ze niet van elkaar kunnen onderscheiden en als wij de specifieke kenmerken van ieder afzonderlijk niet leren kennen, zullen wij altijd doorgaan met ze als zelf te beschouwen.

Horen is bijvoorbeeld nāma; het heeft geen uiterlijke vorm, het heeft geen oren. Horen is anders dan het gehoor, maar gehoor is een noodzakelijke voorwaarde voor horen. Het nāma dat hoort ervaart geluid. Gehoor en geluid zijn rūpa's, zij kunnen niets ervaren, zij zijn geheel verschillend van het nāma dat hoort.

Als wij niet leren dat horen, gehoor en geluid geheel verschillende realiteiten zijn, zullen wij in de waan blijven verkeren, dat het zelf is die hoort.

De "Visuddhimagga" (XVIII, 34) geeft de volgende verklaring:

Verder, nāma heeft geen daadwerkelijke macht en het kan niet optreden op eigen kracht.... Het eet niet, het drinkt niet, het spreekt niet, het neemt geen lichaamshoudingen aan. En rūpa is zonder daadwerkelijke macht; het kan niet optreden op eigen kracht. Want het heeft geen verlangen om te eten, het heeft geen verlangen om te drinken, het wenst niet te spreken, het wenst geen lichaamshoudingen aan te nemen. Maar veeleer is het zo dat nāma optreedt als het geholpen wordt door rūpa; en dat rūpa optreedt als het geholpen wordt door nāma. Als nāma wenst te eten,

te drinken, te spreken, een bepaalde lichaamshouding aan te nemen, is het rūpa dat eet, drinkt, spreekt en lichaamshoudingen aanneemt....

Verder lezen wij (XVIII, 36):

En zoals de mens een boot behoeft
Om de zee te doorkruisen,
Zo behoeft de geest
Het lichaam om te verschijnen.
En zoals de boot afhankelijk is
Van de mens om de zee te doorkruisen,
Evenzo behoeft het lichaam
De geest om zich voor te doen.
Afhankelijk van elkaar
Gaan boot en mens op zee.
Zo hebben geest en lichaam
Elkander nodig.

Er zijn twee soorten nāma die geconditioneerd zijn: citta (moment van bewustzijn) en cetasika (geestelijke factoren die tezamen met het bewustzijn ontstaan). Zij zijn nāma's die ontstaan doordat de juiste voorwaarden aanwezig zijn en dan weer vergaan. Nibbāna (sanskr. nirvāna) is het nāma dat niet geconditioneerd is.
Wat citta betreft, citta kent of ervaart een object.
Iedere citta kent een object, in het Pāli: ārammana.
Een object kennen of ervaren betekent niet per se er aan denken. Het citta dat ziet heeft het zichtbare als zijn object, het is anders dan de citta's die later ontstaan, zoals de citta's die een begrip verbinden aan het object.
Het citta dat hoort (auditief bewustzijn) heeft geluid als zijn object. Zelfs als we in diepe slaap zijn en niet dromen, ervaart citta een object. Er is geen citta zonder een object (ārammana). Er zijn vele verschillende citta's die op verschillende manieren geclassificeerd kunnen worden.
Sommige citta's zijn akusala (niet heilzaam), sommige zijn kusala (heilzaam of goed). Akusala citta's en kusala citta's zijn citta's die oorzaak zijn; zij kunnen slechte of goede daden motiveren door het lichaam, door de spraak of door de geest. Sommige citta's zijn het resultaat van slechte of goede daden; zij zijn vipāka-

citta's. Sommige citta's zijn noch oorzaak noch resultaat; deze zijn kiriyacitta's (soms vertaald als "niet werkzaam"). Citta's kunnen ingedeeld worden volgens hun "jāti". Jāti betekent letterlijk geboorte of aard. Dan worden ze alsvolgt geclassificeerd:

akusala,
kusala,
vipāka,
kiriya.

Dus er zijn vier jāti's. Kusala vipāka en akusala vipāka zijn één jati, de jāti die vipāka is.
Het is belangrijk om te weten welke jāti een citta is. Wij kunnen geen goede kwaliteiten in ons leven ontwikkelen als wij akusala voor kusala houden of als wij akusala voor vipāka houden. Bijvoorbeeld als wij onaangename woorden horen, is het moment van de ervaring van geluid (auditief bewustzijn) akusala vipāka, het resultaat van een slechte daad die wijzelf verrichtten. Maar de afkeer die even later kan opkomen is geen vipāka maar akusala citta. Wij moeten deze momenten van elkaar onderscheiden door hun verschillende karakteristieken te leren kennen.
Weer een andere manier om citta's te classificeren is de indeling volgens de bewustzijnssfeer (in het Pāli: bhumi), Er zijn verschillende sferen van bewustzijn. De zintuiglijke sfeer van bewustzijn (kāmāvacara citta's) is de sfeer van zintuiglijke indrukken, welke de volgende zijn: zien, horen, ruiken, proeven en de ervaring van lichamelijke indrukken. Er zijn andere sferen van bewustzijn zonder zintuiglijke indrukken. Degenen die samatha (meditatie van kalmte) ontwikkelen en jhāna (concentratie die geheel verzonken is in het meditatie onderwerp) bereiken, hebben jhānacitta's. Het jhānacitta is een andere sfeer van bewustzijn; het ervaart geen zintuiglijke indrukken. Het lokuttara citta (bovenwereldlijk bewustzijn) is de hoogste bewustzijnssfeer. Het citta dat de onmiddellijke ervaring heeft van nibbāna is een lokuttara citta.
Er zijn nog andere manieren om citta te classificeren en als wij de verschillende intensiteiten van citta beschouwen zijn er nog veel meer verschillende

citta's. Bijvoorbeeld, akusala citta's die geworteld zijn in lobha (gehechtheid), dosa (afkeer of woede) en moha (onwetendheid), kunnen vele verschillende intensiteiten hebben. Soms kunnen ze daden motiveren, soms niet, en dit is afhankelijk van de graad van akusala. Kusala citta's hebben ook vele verschillende intensiteiten. Het is nuttig om verschillende manieren van classificeren te kennen, want op deze wijze leren wij verschillende aspecten van de citta's kennen. Als wij onze kennis van citta's ontwikkelen en als wij ons bewust van ze zijn wanneer zij zich voordoen, zullen wij minder geneigd zijn ze als zelf te beschouwen.
Er zijn in totaal negenentachtig of honderdéénentwintig typen citta's. De indeling volgens honderdéénentwintig typen houdt de citta's in van de "Nobelen" of "Voortreffelijken" die verlichting hebben bereikt en die zowel jhāna als vipassanā (inzicht) ontwikkelden en nibbāna konden ervaren met concentratie op het niveau van jhāna.

Cetasika is de tweede paramattha dhamma die nāma is. Zoals wij gezien hebben, citta ervaart een object: zien heeft het zichtbare als zijn object, horen heeft geluid als zijn object, het citta dat denkt ervaart het object waaraan het denkt. Maar er is niet alleen citta, er zijn ook geestelijke factoren, cetasika's, die een citta begeleiden. Men kan aan iets denken met afkeer, met een aangenaam gevoel, met wijsheid. Afkeer, gevoel en wijsheid zijn geestelijke verschijnselen welke niet citta zijn; zij zijn cetasika's die verschillende citta's begeleiden. Er is slechts één citta tegelijk maar er zijn verscheidene cetasika's (tenminste zeven) die tezamen met citta ontstaan en weer vergaan; een citta ontstaat nooit alleen. Gevoel bijvoorbeeld, in het Pāli vedanā, is een cetasika die tezamen met iedere citta ontstaat. Citta kent of ervaart alleen maar zijn object; het voelt niet. Maar de functie van vedanā is voelen. Gevoel is soms aangenaam, soms onaangenaam. Als wij geen aangenaam of onaangenaam gevoel hebben, is er toch gevoel: op dat moment is het gevoel neutraal of onverschillig. Er is altijd gevoel, er is geen bewustzijnsmoment zonder gevoel. Als het visuele bewustzijn bijvoorbeeld ontstaat, begeleidt gevoel (vedanā) het

citta. Het citta dat ziet, ervaart alleen maar het zichtbare object, er is nog geen gehechtheid of afkeer. Het gevoel dat dit type citta begeleidt is onverschillig gevoel. Nadat het visuele bewustzijn is weggevallen, ontstaan er andere citta's en er kunnen citta's zijn die een afkeer hebben van het object. Het gevoel dat zo'n type citta begeleidt is onaangenaam gevoel.
De functie van citta is het kennen van een object; citta is "het hoofd", het belangrijkste, wat betreft het kennen van een object. Cetasika's ervaren hetzelfde object tezamen met het citta, maar zij hebben ieder hun eigen specifieke hoedanigheid en functie. Er zijn in totaal tweeënvijftig soorten cetasika's. Er zijn zeven typen cetasika's die met ieder citta ontstaan; de andere typen ontstaan niet met ieder citta.
Herinnering of "waarneming", in het Pāli saññā, is een cetsika die met ieder citta ontstaat. We lezen in de "Visuddhimagga" (XIV, 130) over saññā dat het de karakteristiek heeft van "waarnemen".:
Zijn functie is het aanbrengen van een kenteken als een voorwaarde om opnieuw te kunnen waarnemen: "dit is hetzelfde", zoals timmerlieden etc. doen met timmerhout....
Citta ervaart alleen maar een object; het "labelt" niet, het herkent niet. Het is saññā (waarneming) die het object dat ervaren wordt "labelt" zodat het later herkend wordt, het is saññā die het zich herinnert. Wanneer wij ons ook maar dingen herinneren is het saññā en niet een "zelf" die herkent. Het is saññā die zich bijvoorbeeld herinnert dat deze kleur rood is, dat dit een huis is of dat dat het geluid van een vogel is.
Cetanā, "intentie" of "wil", is een ander type cetasika die met ieder citta ontstaat. Er zijn typen cetasika die niet iedere citta begeleiden. Akusala (niet heilzame) cetasika's ontstaan alleen maar tezamen met akusala citta's. Sobhana (mooie) cetasika's ontstaan met heilzame citta's.
Lobha (gehechtheid), dosa (afkeer) en moha (onwetendheid) zijn akusala cetasika's die alleen maar met akusala citta's ontstaan. Als wij bijvoorbeeld iets moois zien, kunnen citta's met gehechtheid aan wat we gezien hebben ontstaan. Op dat moment ontstaat de cetasika die lobha is tezamen met het citta. Lobha heeft de functie van ge-

hechtheid. Er zijn verscheidene andere akusala cetasika's welke met akusala citta's ontstaan, zoals trots (māna), onjuiste visie (diṭṭhi) en jaloezie (issā). Sobhana (mooie) cetasika's die heilzame citta's begeleiden zijn bijvoorbeeld alobha (edelmoedigheid), adosa (onzelfzuchtige liefde), amoha (of pañña, wijsheid). Als we vrijgevig zijn ontstaan alobha en adosa tezamen met het kusala citta. Pañña (wijsheid) kan ook ontstaan tezamen met het kusala citta; en er zijn vele andere soorten sobhana cetasika's die het heilzame citta eveneens begeleiden.
Hoewel citta en cetasika beide namā zijn, hebben ze ieder andere hoedanigheden. Misschien vragen we ons af hoe cetasika's ervaren kunnen worden. Als we een verandering in de citta's opmerken, kan een karakteristiek van een cetasika ervaren worden. Bijvoorbeeld, als akusala citta's met gierigheid ontstaan nadat de kusala citta's met edelmoedigheid zijn weggevallen, merken we een verandering op. Gierigheid en edelmoedigheid zijn cetasika's die ervaren kunnen worden; zij hebben karakteristieken die verschillend zijn. Wij kunnen ook de overgang van gehechtheid tot aversie opmerken, of van aangenaam gevoel tot onaangenaam gevoel. Gevoel is een cetasika welke we kunnen ervaren, want gevoel is soms overheersend en er zijn verschillende soorten gevoel. We kunnen ervaren dat onaangenaam gevoel anders is dan aangenaam en neutraal gevoel. Deze verschillende cetasika's ontstaan met verschillende citta's en vergaan dan weer onmiddellijk, tezamen met het citta dat zij begeleiden. Als wij meer weten over de verscheidenheid van citta en cetasika zal dit ons helpen om de waarheid te kennen. Omdat citta en cetasika tezamen ontstaan is het moeilijk om hun verschillende karakters te ervaren. De Boeddha was in staat om de verschillende karakteristieken van alle citta's en cetasika's te ervaren omdat hij de hoogste wijsheid had bereikt.
Wij lezen in de "Vragen van Koning Milinda" dat de arahat Nagasena tegen Koning Milinda zei:

"De Verhevene, Koning, heeft een moeilijke taak volbracht."

"En welke is deze?"

"Dat hij de karakteristieken verklaarde van deze geestelijke phenomena, citta en cetasika's, die ont-

staan vanwege een object, en zei dat een zintuiglijke indruk zo is, gevoel zo, saññā (waarneming of herinnering) zo, intentie zo en citta zo."

"Geef mij een uitleg."

"Veronderstel, Koning, dat een zeker iemand in een boot de zee zou opvaren en wat water in de holte van zijn hand zou opscheppen, en hij het zou proeven met zijn tong, zou hij dan kunnen onderscheiden of het water was van de Ganges, of van de Jamunā, of van de Aciravati...?"

"Onmogelijk Meester."

"Maar veel moeilijker dan dat, Koning, is het om de geestelijke verschijnselen die vanwege één object ontstaan van elkaar te onderscheiden."

Citta en cetasika zijn paramattha dhamma's (eigenlijke werkelijkheden) welke ieder hun eigen karakteristieken hebben. Deze karakteristieken kunnen ervaren worden, onverschillig welke naam men ze geeft. Zien is de ervaring van het zichtbare door de ogen. Wij hoeven het niet "zien" te noemen om zijn karakteristieken te kunnen ervaren. Paramattha dhamma's zijn geen woorden, zij zijn realiteiten. Aangenaam gevoel en onaangenaam gevoel zijn reëel; hun karakteristieken kunnen ervaren worden zonder dat wij ze "aangenaam gevoel" of "onaangenaam gevoel" hoeven te noemen. Afkeer is reëel, het kan ervaren worden als het zich voordoet.

Er zijn niet alleen geestelijke verschijnselen, er zijn ook fysieke verschijnselen. Fysieke verschijnselen of rūpa zijn de derde paramattha dhamma. Er zijn in totaal achtentwintig klassen rūpa. Er zijn vier fundamentele rupa's of "Grote Elementen", in het Pāli: mahābhūta-rūpa. Deze zijn:

1. Aarde-element of vastheid (ervaren als hardheid of zachtheid).
2. Water-element of cohesie.
3. Vuur-element of temperatuur (ervaren als hitte of koude).
4. Wind-element of beweging (ervaren als beweging of druk).

Deze "Grote Elementen" ontstaan tezamen met alle andere soorten rūpa's, welke "afgeleide rūpa's" (in het Pāli upādā-rupā) zijn. Rūpa's ontstaan nooit alleen; zij ontstaan in groepen of eenheden. Er moeten minstens acht

soorten rūpa's tezamen ontstaan. Bijvoorbeeld, wanneer ook maarhet rūpa dat beweging is ontstaat, moeten tegelijkertijd ook vastheid, cohesie, temperatuur en andere rūpa's ontstaan. "Afgeleide rūpa's" zijn bijvoorbeeld de fysieke zintuiglijke organen welke gezicht, gehoor, reukzin, smaakvermogen en tastzin zijn, en de zintuiglijke objecten welke het zichtbare object, geluid, geur en smaak zijn.

Verschillende karakteristieken van rūpa kunnen ervaren worden door de ogen, de oren, de neus, de tong, het lichaam en de geest. Deze karakteristieken zijn reëel, want ze kunnen ervaren worden. Wij gebruiken in de omgangstaal termen zoals "lichaam" en "tafel"; deze hebben allebei bijvoorbeeld de karakteristieken van hardheid welke ervaren kan worden door ze aan te raken. Op deze manier kunnen wij bewijzen dat de karakteristiek van hardheid hetzelfde is, onverschillig of het in het lichaam of in de tafel is. Hardheid is een paramattha dhamma; "lichaam" en "tafel" zijn geen paramattha dhamma's maar ze zijn alleen maar begrippen of ideeën. Wij zouden geneigd zijn te denken dat het lichaam blijvend is en wij beschouwen het als zelf, maar wat wij "lichaam" noemen zijn alleen maar verschillende rūpa's die ontstaan en weer vergaan. De term "lichaam" die in de omgangstaal wordt gebruikt kan ons misleiden omtrent de werkelijkheid. Wij zullen de waarheid kennen als wij leren om de verschillende karakteristieken van rūpa te ervaren als ze zich voordoen.

Citta, cetasika en rūpa zijn paramattha dhamma's welke alleen maar ontstaan als de juiste voorwaarden voor hun ontstaan aanwezig zijn; zij zijn geconditioneerde dhamma's (in het Pāli: saṅkhāra dhamma's). Zien kan niet ontstaan als er geen gezichtsvermogen is, en als er geen zichtbaar object is. Als we onze ogen sluiten kunnen we niet zien. Geluid kan alleen maar ontstaan als de juiste voorwaarden aanwezig zijn en dan valt het weer weg. Alles wat ontstaat doordat de juiste voorwaarden aanwezig zijn, moet weer wegvallen als deze voorwaarden zijn weggevallen. We zouden misschien denken dat geluid duurt, maar wat we aanzien voor een aanhoudend geluid zijn in werkelijkheid vele verschillende

rūpa's die elkaar opvolgen.
De vierde paramattha dhamma is nibbāna. Nibbāna is een paramattha dhamma want het is werkelijkheid. Nibbāna is het eind van alle gebreken en onzuiverheden. Omdat er een weg is die voert naar de uitroeiïng van de gebreken moet er ook een eind zijn aan alle gebreken. Nibbāna kan ervaren worden door de "deur van de geest" als men het juiste Pad ontwikkelt dat erheen leidt: de ontwikkeling van de wijsheid die de dingen ziet zoals ze zijn. Nibbāna is niet rūpa, het is nāma. Maar het is niet citta of cetasika, de paramattha dhamma's welke ontstaan doordat de juiste voorwaarden aanwezig zijn en welke weer wegvallen. Nibbāna is het nāma dat niet ontstaat en weer vergaat, het is het nāma welk een niet geconditioneerde realiteit is (in het Pāli: visaṅkhāra dhamma). Het ontstaat niet, want het is niet geconditioneerd, en daarom valt het niet weg. Citta en cetasika zijn nāma's die een object ervaren; nibbāna is het nāma dat geen object ervaart, maar nibbāna zelf kan het object zijn van citta en cetasika welke het ervaren.
Als we de vier paramattha dhamma's samenvatten zijn ze de volgende:

citta	)	
cetasika	)	= geconditioneerde dhamma's (saṅkhāra
rūpa	)	dhamma's)
nibbāna		= niet geconditioneerde dhamma (visaṅkhara dhamma)

Als we de Dhamma bestuderen is het essentieel om te weten welke paramattha dhamma een realiteit is. Als we dit niet weten kunnen we misleid worden door de begrippen die we in de omgangstaal gebruiken. We moeten bijvoorbeeld weten dat wat we "lichaam" noemen in feite verschillende rūpa-paramattha dhamma's zijn, niet citta of cetasika. We moeten weten dat nibbāna geen citta of cetasika is, maar de vierde paramattha dhamma. Nibbāna is het eind van de geconditioneerde realiteiten die ontstaan en vergaan; voor de Arahat, de Volmaakte, die heengaat is er geen wedergeboorte meer, geen nāma's en rūpa's, die ontstaan en weer vergaan.

Nina van Gorkom

H A I K U 'S

Wellicht de belangrijkste vrucht, die de bewustwording van de Middenweg en van de onderlinge afhankelijkheid van al 't bestaande voor het dagelijkse leven kan afwerpen, is de geweldloosheid.
De veranderde houding tegenover zichzelf - één stapje opzij en daarmee dat ene stapje dichter bij de ander - kan de gevoelens voor al het omringende verinnigen.
Om een eenvoudig voorbeeld te geven: ook voor een mug die om iemand heen zoemt, geldt dat het beestje wil leven en opkomen voor zichzelf. Zich dat te realiseren onderdrukt niet alleen elke moordzuchtige neiging, maar verlicht ook de hinder die men ervan ondervindt. Het is mogelijk geworden de verwantschap met de verschillende vormen van leven werkelijk te voelen, en zich één te voelen worden met het hele tafereel der natuur.
Het leven om zich heen zó waar te nemen en te ondergaan, het versmeltend met de eigen ziel, - die kunst verstonden op unieke wijze de dichters van de haiku's.
Wij laten hier enkele van deze miniatuurtjes in dichtvorm volgen, overgenomen uit het boek "Spel zonder Snaren" door prof. Zürcher en prof. Vos.

T.K.-Sch.

Ik pluk chrysanten aan de oostelijke heg,
staar naar de Zuiderbergen in de verte.
Verkwikkend is de berglucht - de avond valt.
In paren keren de vogels huiswaarts.
In dit alles ligt een diepe betekenis -
maar wil ik die uitspreken, dan ontbreken mij de woorden.

(T'ao Yüan-ming, China, 365-427)

Talloze, talloze pereboesemblaadjes
vallen dwarrelend in de lege tempelhof.
Het fluitspel van het ossedrijvertje passeert vóór
de berg,
maar noch de jongen noch de os zijn zichtbaar.

(Koreaans)

Een oude vijver -
Een kikvors plompt erin,
Het geluid van het water...

(Basho, Japan, 1624-1705)

Een wolk van bloesems,
Een tempelklok: Neno?
Of Asakusa?

(Basho)

Het horen van een tempelklok in een stille nacht
wekt ons
uit een droom in een droom.
Het zien van de weerspiegeling der maan in een
heldere poel
doet ons het lichaam buiten het lichaam waarnemen.

De omwolkte maan is één en dezelfde,
maar vanaf een berg en vanuit een dal verschillend.
Alle geluk zij met U!
Zij is één en zij is twee...

Onder het hoofd: ONZE BELANGRIJKSTE NATUURBESCHERMER IS EEN BOEDDHIST *is in het blad "Theosofia", dec. 1977, de tekst opgenomen van een interview van Prof. Dr. V. Westhoff door Joh. M. Pameijer. Enkele uitspraken, door Prof. Westhoff tijdens dit interview gedaan, nemen wij hieronder over.*

"Ik heb nooit kunnen begrijpen, dat de christenen planten en dieren als dingen beschouwen. Voor mij zijn het broeders en zusters. Ik zag ze als lotgenoten, waarmee je een gesprek zou kunnen voeren. Mensen zien huisdieren als hun troetelobjecten en ze beschouwen ze als hun eigendom. Dat begreep ik als kind niet en dat begrijp ik nu nog niet.
Op mijn twintigste las ik de Tibetaanse roman "Mipam" van Lama Yongden. Dit boek zou herdrukt moeten worden omdat het zo waardevol is. Uit deze roman bleek mij voor de eerste maal dat het boeddhisme anders is dan de voorstelling die men er in het westen vaak van maakt. De hoofdfiguur loopt van huis weg en zwerft door een bos. Daar valt hij in slaap. Als hij wakker wordt ziet hij dat vlak bij hem een luipaard naar hem ligt te kijken. Hij is niet bang. Integendeel, hij voelt vriendschap voor het dier. Dan komt zijn broer, die hem is gaan zoeken en vindt hem en de luipaard. Onmiddellijk schiet hij een pijl af om de luipaard te doden en zijn broer te redden, maar de jongen werpt zich voor het dier en wordt zelf getroffen.
Toen ik dit gelezen had dacht ik, dan ben ik dus een boeddhist." - -
"Voor mij is het wezenlijke kenmerk van het boeddhisme het universele mededogen, de liefde voor alle schepselen en de verantwoordelijkheid daarvoor. Dit staat in schrille tegenstelling tot het christendom. Voor de moderne Westerling wordt de waarde van de natuur bepaald door het economisch rendement.
Ik beschouw mezelf dus als boeddhist. Ik heb geen boeddhistische geloofsbelijdenis afgelegd. Het is een wereldbeschouwing en geen confessie waar je voor tekent. Vanuit die instelling ben ik vanaf mijn negentiende daadwerkelijk bezig geweest met natuurbescherming." - -

"Het boeddhisme is niet pessimistisch. Dat wordt wel gezegd, maar het is een misverstand. De kern van het boeddhisme is: leven is lijden. Aan ons is het om het lijden op te heffen zoveel als mogelijk is. De Dalai Lama zei: Er zijn twee soorten van lijden: het on- en het vermijdelijke. Aan het onvermijdelijke lijdt ook de boeddhist. Daarnaast ontstaat het vermijdelijke lijden door het hechten aan de stof. Onthechten betekent dat je je moet losmaken van kleinzerigheid. Je moet je niet aangetast voelen in je eigenliefde. Dat is niet nodig. Dat moet je vermijden.
Een van de kenmerken van spiritualiteit is nooit een negatief oordeel over iemand te hebben. De Dalai Lama zal zich nooit negatief uitlaten over de Chinezen, die toch zijn land verwoest hebben. Hij kan ze niet haten. Hij zegt dat hij medelijden met ze heeft omdat ze zichzelf zo'n verschrikkelijk karma hebben bezorgd. De Dalai Lama heeft grote indruk op mij gemaakt toen hij in Amsterdam een vraag van een jongeman over het gebruik van drugs beantwoordde. Hij zei: Als jij vindt dat je er baat bij hebt, dan moet je het doen. Wat hij bedoelde te zeggen is: wij mogen ons niet inlaten met het karma van anderen.
Zo moet het ook met de natuurbescherming. Als mensheid dragen we een groepskarma. Persoonlijk zullen we moeten doen wat we kunnen. Boeddha zegt niet: wij zijn gepredestineerd, maar: wij hebben ons eigen lot in handen.

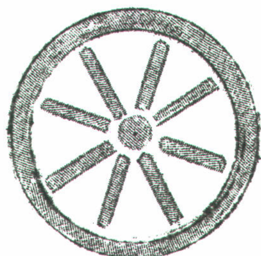
Ik zie een bewuste bedoeling achter de evolutie. Als bioloog kan ik het niet eens zijn met biologen die aannemen dat evolutie slechts op toeval zou berusten; dat levend organisme zou zijn ontstaan doordat op een keer de bliksem in de erwtensoep zou zijn geslagen, acht ik zacht gezegd onwaarschijnlijk. God, of wat daar ook onder wordt verstaan, laat de mens vrij om te zondigen. In het goddelijk plan ligt opgesloten dat de mens de vrijheid heeft om zich tegen dat plan te verzetten. Ik geloof niet dat het kwaad een negatie van het goede is. Ik geloof dat het kwaad een zelfstandige macht is. Wij maken het kwaad zelf. Wij moeten aannemen dat ons de vrijheid tot zelfvernietiging is gegeven. Dat ligt ook in het Bijbelse paradijsverhaal besloten." - -
"Ik ben ervan overtuigd dat ons landschap over het algemeen te gronde zal gaan. Maar wij moeten ons niet ver-

beelden dat wij het wiel van de tijd kunnen stilzetten of terugdraaien. De Prediker zei al: De gedaante dezer aarde gaat voorbij. De entropie schrijdt steeds verder voort. Op den duur verdwijnt alle verscheidenheid in het heelal. Alles willen laten zoals het is zou getuigen van menselijke hoogmoed en kortzichtigheid, maar dat neemt niet weg, dat wij datgene moeten doen wat wij kunnen. Zolang de mens op deze wereld is heeft hij een taak. Het gaat je niet aan of je slaagt. Willem de Zwijger zei al: Men hoeft niet te hopen om te ondernemen noch te slagen om te volharden. En Maarten Luther heeft opgemerkt: Als morgen de wereld vergaat zal ik vandaag een boompje planten!"

Gelooft Prof. Westhoff in een mutatie, die de verbeide omwenteling in de mentaliteit teweeg brengt?

Op een vraag hierover door zijn interviewer antwoordt hij:

"De kans op een ommekeer acht ik niet groot. En als hij komt is hij niet op tijd. Maar dat is geen reden, zoals ik al zei, om niet met het werk door te gaan. Met paniek is niemand gebaat. Ik begrijp dat u doelt op wat Vimala Thakar genoemd heeft: de menselijke mutatie van de geest. Daar geloof ik niet in. Noch als wetenschapsman, noch als boeddhist. Men moet door ervaring leren. Mensen veranderen alleen door voorbeeld, ervaring en overreding. Ervaring kan irrationeel zijn. Daar kan ook verlichting toe behoren. Maar dat het Nederlandse volk zich zal bekeren tot plotseling milieubesef? Nee, dat geloof ik niet. Vergeet niet dat meegaan met het kwade makkelijker is dan streven naar het goede."



BOEKEN

H. Saddhatissa De leer van Boeddha

Dr. H. Saddhatissa is geboren in Ceylon (tegenwoordig Sri Lanka). Na beëindiging van zijn studie aan het Vidyodaya College, werd hij in 1926 opgenomen in de boeddhistische orde, waarin hij de hoogste graad van Mahathera bereikte. Van Ceylon ging de auteur naar de Hindu Universiteit in Benares, vervolgens naar de Universiteit van Londen en tenslotte promoveerde hij aan de Universiteit van Edinburg op een proefschrift over boeddhistische filosofie.
Dr. H. Saddhatissa beheerst ondermeer Pâli, Sanskriet, Singhalees en Hindi en onderwees het boeddhisme aan volgelingen en leken in Ceylon, India, Engeland en Amerika. Hij was hoogleraar in boeddhisme en Pali aan de Universiteiten van Benares en Toronto en is thans bestuurslid, resp. voorzitter van de "Pali Text Society", de "British Mahabodhi Society" en de "Sangha Council of Great Britain".

Zijn boek "De leer van Boeddha", verschaft de lezer, door middel van een eenvoudige en goed leesbare verhandeling, een inzicht in de essenties van de leer van Boeddha en zijn weg naar meditatie. Het eerste deel van dit boek handelt over de grondbeginselen met een beschrijving van het leven en de leer van Boeddha; deel twee van dit boek verklaart de vier heilige waarheden, waarop de boeddhistische filosofie berust; deel drie geeft aanwijzingen over de betekenis en de toepassing van meditatie en tenslotte zijn in een aanhangsel naast wijsgerige raadgevingen aan de leek vele praktische wetenswaardigheden over het boeddhisme opgenomen.

TIJDSCHRIFTEN zie pag. 4

SADDHARMA

is een uitgave van de Stichting Nederlands Buddhistisch Centrum

de Stichting werd opgericht op 8 november 1967

haar doelstelling is:
de studie van de beginselen van het buddhisme te bevorderen en de praktische toepassing van deze beginselen aan te moedigen

de Stichting is geen religieus genootschap maar wil helpen diegenen te verenigen – welke levensovertuiging of geloof zij ook aanhangen – die op enigerlei wijze in het buddhisme belang stellen of zich daarbij betrokken voelen

iedereen, ook organisaties of instellingen, kunnen als begunstiger aan de Stichting steun verlenen

het contact-adres van de Stichting is dat van de redactie van Saddharma; dit adres is op de eerste bladzijde van dit tijdschrift vermeld

begunstigers ontvangen regelmatig, tenminste vijf maal per jaar, de afleveringen van Saddharma
zij hebben tevens het recht deel te nemen aan de landelijke bijeenkomsten, die een- of tweemaal per jaar gehouden worden

